

# 3月 給食だよ

ぽかぽかと日差しが暖かく感じられる季節になりました。

早いもので今年度も最後のひと月になりました。この一年、どのクラスもご飯を食べる量が増えています。これからも友だちと楽しく給食を食べて、元気に過ごしましょう！

 **お弁当 手軽に楽しく** 

最近のお弁当はカラフルでかわいいキャラ弁なども増えてきました。

食事は日常的な営みの中にあり、生活が持続する中にお弁当があります。大好きな人に作ってもらうだけで、お弁当は嬉しいものです。

## 暖くなる季節に向けて、お弁当での食中毒予防のポイント

- ・傷みやすいものは避けましょう。
- ・生肉、生魚、生卵を扱う器具は使い分け、触った後に手洗いをして細菌に汚染されないようにしましょう。
- ・しっかり加熱調理をしましょう。
- ・冷ましてからふたを閉めましょう。

園で人気のおにぎりレシピを  
紹介します！！

ゆかり  
しらす干し

しらすゆかり  
おにぎり

梅干し  
しょうゆ  
かつおぶし

梅おかか  
おにぎり

しょうゆ  
みりん  
砂糖

焼きおにぎり

小松菜  
しらす干し  
塩

小松菜としらすの  
おにぎり

コーン  
しょうゆ  
塩

コーン  
おにぎり

ツナ  
しょうゆ  
マヨドレ(マヨネーズ)

ツナマヨ  
おにぎり

マヨドレは園で使用している  
卵不使用のマヨネーズ  
タイプの調味料です。